Instagram y sintomatología de conducta alimentaria de riesgo en adolescentes entre 13 y 17 años en colegios de Tibás

Camila Zamora y Andrea Barrios

Universidad de Iberoamerica

Resumen

El propósito del estudio consistió en determinar si existe relación entre el uso de la red social Instagram, el autoconcepto y el desarrollo de sintomatología de conducta alimentaria de riesgo en adolescentes de colegios públicos y privados en la zona de Tibás, Costa Rica entre Febrero y Abril del 2017. Se encuestaron 221 estudiantes de colegios públicos y privados de la zona. No se encontró correlación entre el uso de Instagram y la presencia de conductas alimentarias de riesgo. Sin embargo, se encontró una correlación positiva entre conducta restrictiva con a) autoconcepto negativo y b) colegios privados. Se encuentran distorsiones importantes en cuanto a la imagen corporal en general. Por último, se encontraron diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a un autoconcepto más negativo en mujeres.

Palabras clave: Instagram, autoconcepto, conducta alimentaria, adolescentes.

Introducción

Es importante tener en cuenta la definición de conducta alimentaria de riesgo, que “se refiere a los hábitos alimentarios que pueden desencadenar desórdenes relacionados con el infrapeso (anorexia y bulimia)” o con el sobrepeso (Sánchez, 2009).

El tema de la relación entre sintomatología alimentaria de riesgo y las redes sociales ha sido poco investigado, sobre todo en lo que respecta a la influencia de la red social “Instagram”, en donde los usuarios publican fotos de sí mismos, o actividades en que participan (actividad física, actividades sociales, comidas, entre otras). Otros usuarios comentan y pueden optar por seleccionar la opción “me gusta” para dichas fotos. Es importante tomar en cuenta este tipo de redes sociales para indagar en el tema de sintomatología de conducta alimentaria de riesgo en jóvenes, puesto que los y las adolescentes le dan especial importancia a cómo los y las percibe su grupo social (Araya, Calderón, Mulassi, Borracci, Calderón, Vinay y Mulassi, 2012).

Por esta razón, es relevante profundizar en el uso de Instagram con el fin de observar la influencia que ejerce en los y las adolescentes el contexto social y la aceptación en éste, sobre todo con lo que respecta a la imagen, (Araya et al., 2012). Concretamente en este estudio se analizará la influencia del Instagram con respecto a las conductas alimentarias de riesgo en los y las adolescentes ya que además de ser poco estudiada, es una red social basada en la publicación de fotografías.

Según los resultados de una tesis realizada en la Universidad Autónoma de Nuevo León, “la prevalencia de conducta alimentaria de riesgo en adolescentes escolarizados supera el 20%, así lo señala el análisis de conglomerados realizado a todas las variables en donde el 24.98% de los participantes reportan puntuaciones altas de conducta alimentaria de riesgo” (Sánchez,

2009, p.160). Se señala también, que la prevalencia es mayor por parte de las variables psicosociales y no de las personales, lo que quiere decir que el factor social tiene mayor influencia. Según Campos, 2007 (citado por Sánchez, 2009), se consideró que un factor que influye en problemas de conducta alimentaria es la presión social de amigas y amigos.

Es importante valorar el hecho de que la mayor parte de la población joven utiliza las redes sociales para socializar y con ello están expuestos a diversos riesgos psicológicos. Estudios realizados, por Sámano (2013) relatan que el 85% de la población del Reino Unido, 60% en España, 40% en Brasil y el 30% en México, tienen acceso a internet, y en México, el 60% son jóvenes dentro del rango de colegio y licenciatura. Según este estudio, el 60% utiliza redes sociales y más de la mitad las utiliza diariamente.

Observando el estudio realizado por Sámano (2013), la mayoría de jóvenes utiliza las redes sociales, en donde “la exposición a información disponible en internet... promueve la adquisición de conductas de riesgo [como bulimia nerviosa y anorexia].” (p.39). Para el presente estudio es de vital importancia tener en cuenta el uso de redes sociales por parte de adolescentes, en este caso particular, en cuanto a cómo el uso de Instagram pueda afectar el desarrollo de sintomatología de conducta alimentaria de riesgo.

“En los últimos decenios, el modelo estético corporal delgado se refleja constantemente en los medios de comunicación de masas” (Salazar, 2008, p.68) en los que se incluyen las redes sociales. Además en dicho estudio, se hace referencia a cómo la etapa de la adolescencia es determinante en cuanto a la integración de conductas acordes a un estilo de vida y cómo el aspecto social influye en esta adquisición de hábitos.

También es necesario aclarar que dentro de la sintomatología de conducta de riesgo alimentaria se encuentra, no sólo la bulimia y la anorexia, sino que también la obesidad. El

estudio realizado por Fowler y Christakis (2007) citado en Mulassi et al (2012), habla sobre qué tanto influían las *redes sociales en el tabaquismo, consumo de alcohol y obesidad en adolescentes*, concluyendo que la obesidad es más un problema marginal y de cuestión cultural, y no tanto uno que sea influenciado por el tema de las redes sociales, como si lo puede ser la restricción alimentaria.

Además de tomar en cuenta la influencia social por medio de las redes, es importante destacar que en la adolescencia se construye el autoconcepto, ya que en esta etapa de la vida, los y las jóvenes empiezan a valorarse a sí mismos. Como dice Salazar (2008), en la adolescencia se comienzan a formar la autoestima y el autoconcepto, con la sabida relevancia de la imagen corporal, acorde con lo que es aceptado culturalmente: “La imagen propia es esencial para las conductas posteriores de las personas” (Naranjo, 2006, p.2).

Tomando en cuenta la noción de autoconcepto en este tema, estudios previos, realizados por Kenealy (1991) citado por Maganto (2001), afirman que el autoconcepto positivo encuentra relación con una imagen corporal satisfactoria y un autoconcepto negativo encuentra relación con una imagen corporal insatisfactoria. Es importante, de esta forma, valorar en el estudio el autoconcepto de la población juvenil estudiada, tomando en cuenta la influencia del Instagram en el desarrollo de las sintomatologías alimentarias de riesgo.

Luego, estudios realizados en Costa Rica señalan insatisfacción con la imagen corporal: el “36.2% está insatisfecho con su físico, el porcentaje mayor es en las mujeres” (Salazar, 2008, p.73). El presente estudio indagará sobre la influencia de la red social Instagram en la incidencia de conductas de riesgo en la sintomatología alimentaria y establecer al respecto, la diferencia entre hombres y mujeres.

En otro estudio realizado en Costa Rica con 22 jóvenes, Morales (2002) comenta que el “41% de los pacientes refirió utilizar otros métodos para bajar de peso. El método más empleado fue el vómito, usado por el 23% de los pacientes; le siguió el uso de laxantes y el ayuno de varios días; los cuales representaron un 9% cada uno” (p.19). Un 68% de los y las jóvenes estudiadas, realizaban actividad física con el objetivo de bajar de peso y un 91% dijo haber realizado una dieta supervisada por nutricionista, pero en los cuales la mitad sólo realizaba dos tiempos de comida. En este estudio, 50% presentaba anorexia, 22.7% tenía bulimia y un 27.3% presentaban los dos trastornos.

Investigar este tema dará un acercamiento a qué tan influyentes son las redes sociales para los y las adolescentes dentro del rango de los 13 a 17 años de edad. Además es importante analizar la sintomatología de riesgo ya que se quiere evaluar la presencia de posibles trastornos alimentarios.

Como se revisó en la información sobre las conductas de riesgo en la sintomatología alimentaria, el autoconcepto y la distorsión de la imagen corporal, es necesario investigar si la red social Instagram es uno de los incidentes. Por otro lado, se realizará la investigación en Tibás ya que es el área en la que se ubica la Universidad de Iberoamérica donde se propone dicha tesis.

Existen distintos estudios que aportan en lo relativo a esta investigación. A continuación se presenta una breve descripción de los mismos.

En el año 2001, en España, Elena Gismero realizó una investigación con el objetivo de demostrar si existe relación entre el autoconcepto negativo con la baja autoestima, dificultades para socializar e insatisfacción corporal con la anorexia nerviosa y bulimia nerviosa. La muestra fue de 207 mujeres a quienes se les aplicó 3 escalas: La Escala de Conducta Asertiva, la Escala

de Satisfacción con el Propio Cuerpo y la Escala de Autoconcepto y Autoestima. Los resultados muestran que las personas que padecen de anorexia o bulimia presentan baja autoestima, baja valoración y ven su vida de una forma negativa. Al final la investigadora concluye que los instrumentos utilizados en el estudio fueron útiles para poder localizar las variables en los 5 grupos de estudio (Gismero, 2001).

En el año 2012, Gómez, Sánchez y Mahedero realizaron un estudio con el objetivo de indagar sobre la satisfacción con la apariencia física y el nivel de distorsión entre la imagen real y la imagen con que se auto perciben. Se trabajó con 195 estudiantes (100 hombres y 95 mujeres) del Centro de Enseñanza Secundaria Obligatoria (ESO), en Murcia, España, con edades de 12 a 17 años. Se les aplicó el cuestionario BODY SHAPE (self-perceived). Los resultados de la investigación muestran que la insatisfacción corporal es más alta en los hombres que en las mujeres. Este nuevo resultado, indica que tanto hombres como mujeres presentan insatisfacción corporal.

En el estudio realizado en España por Guillamón y Martínez en 2012, se analiza la relación entre la salud y el uso del internet y las redes sociales; utilizando una encuesta. El propósito de este estudio era poder observar qué tanto los y las jóvenes buscaban ayuda en cuestiones de salud por medio del internet y redes sociales, para poder crear un sitio online confiable en donde se brindaría información verdadera, que cubriera las necesidades de los y las adolescentes. Participaron 158 colegiales de edades entre los 12 a 18 años, 70 eran hombres y 88 eran mujeres. Se les preguntaba sobre la percepción de la salud que tienen, sus problemas y preocupaciones, dónde buscan ayuda y qué opinaban sobre crear un servicio de salud que fuera online.

Los resultados arrojaron que la totalidad de estudiantes utilizaban el internet frecuentemente y 91.1% utilizaba redes sociales. En cuanto a sexo, las mujeres (64.2%) parecían frecuentar más en la búsqueda de información sobre salud y aspecto físico, que los hombres (35.8%). El estudio reveló que tanto hombres como mujeres buscan información sobre salud, pero principalmente las mujeres.

Los siguientes estudios, fueron realizados en América del Norte y América del Sur:

En el estudio realizado por Jiménez-Cruz y Silvia- Gutiérrez, en el 2010, se investigó si la exposición de imágenes publicitarias de mujeres delgadas desarrolla emociones negativas, depresión, ansiedad y el riesgo de padecer trastornos alimentarios. Se realiza con el objetivo de indicar los niveles emocionales que las mujeres sienten a la hora de ver imágenes publicitarias. Se dio la participación de 376 mujeres provenientes de la Universidad Nacional Autónoma de México, que cursaban carreras de psicología y derecho, y de la Universidad de Negocios ISEC, que cursaban la carrera de psicología; con edades de 17 y 24 años. En la primera parte de la evaluación, se aplicó la prueba de Actitudes hacia la Alimentación (EAT-40), con el objetivo de reconocer a las participantes que presentaban un alto o bajo riesgo de padecer un trastorno, el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE), Lista de Adjetivos de Axelrod, Cuestionario de emociones (construido para el estudio); en la segunda parte se dividió al grupo en 3, a cada sub-grupo se le mostraba una serie de imágenes publicitarias de mujeres delgadas, con sobre peso y otras realizando ejercicios, 30 imágenes por cada categoría elegida. Luego de proyectar las imágenes, se recolecta información con respecto al peso y estatura para obtener la masa corporal, luego volvían a realizar el cuestionario de emociones, el IDARE y la lista de objetivos de Axelrod, en donde se les preguntó cómo se sentían cuando observaban las imágenes. En los resultados obtenidos, se encontró un aumento de ansiedad y sintomatología depresiva luego de

la presentación, en las personas que se presentaban en riesgo de padecer un trastorno alimentario, luego de ver las imágenes. También se encontró que las mujeres que presentaron un IMC mayor, al ver imágenes de mujeres delgadas, evaluaron negativamente su cuerpo y se dio un aumento de la ansiedad. Las participantes que se encontraban en riesgo y fueron expuestas a imágenes de mujeres delgadas, indicaron que se sentían tristes, enojadas, avergonzadas, presentaban baja conformidad y aceptación. Se recalca en el análisis de resultados que las personas que presentaban riesgo de padecer un trastorno alimentario sintieron desesperación hacia su cuerpo y repugnancia.

Lozano-Sánchez en el 2012, realizó una investigación bibliográfica con el objetivo de investigar la influencia negativa que tienen las redes sociales con respecto a los trastornos alimentarios, en los jóvenes adolescentes, en la sociedad actual. La autora indica que a mayor exposición a las redes sociales y respectivamente a los contenidos de moda, los jóvenes tienen mayor riesgo de padecer un trastorno alimentario. Los adolescentes son los más propensos, ya que están en una etapa en donde se dejan influenciar mucho por la información que se les presenta en internet. De igual manera tanto Facebook como Twitter, “Aceptan” a los grupos que apoyan y divulgan sobre los trastornos alimentarios; ya que no existe ningún tipo de control en estas redes.

En el 2005, Krones, Stice, Batres y Orjada, realizaron un estudio que comparaba el ideal de belleza en vivo con la disconformidad corporal. El estudio fue realizado en la universidad de Austin, Texas, Estados Unidos. El objetivo principal era probar que cuando una persona se compara con otra persona conocida atractiva en la vida real, puede causarle disconformidad con su cuerpo, emociones negativas y baja autoestima, conocido en inglés como “negative affect” (Krones et al., 2005). La muestra del estudio incluía 119 mujeres entre los 17 y 22 años

de edad, de diferentes orígenes culturales y étnicos. Se hizo un experimento en el cual había dos mujeres con las que se debían comparar las demás; una muy delgada y otra que representaba el peso de la mujer promedio en Estados Unidos. El resultado fue que la comparación en vivo por la presión a ser delgada aumentaba los niveles de disconformidad con el cuerpo. Sin embargo, no aumentaban las del efecto negativo.

Mendoza et al. (2014), realizaron un estudio en México con el objetivo de encontrar factores relacionados con la presencia de conductas alimentarias de riesgo en adolescentes de educación media superior. En adolescentes evaluados de acuerdo con un cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo, se encontró que dichas conductas alimentarias de riesgo en mujeres era un 13.7% contra un 5.7% en los hombres. El 45.9% de adolescentes de ambos sexos, se encontraron con un índice de masa corporal dentro del rango de riesgo. Las causas de este riesgo venían del no desayunar y realizar poco ejercicio. Asimismo, la información se obtuvo de la auto percepción de las y los adolescentes sobre su estado de riesgo nutricional y la percepción de padre y madre en cuanto a la obesidad.

A nivel nacional, estudios realizados en Costa Rica, sobre la percepción de que los y las adolescentes tienen de sí mismos, confirman resultados similares a los presentados anteriormente en otros países.

En el año 2008, Zaida Salazar Mora realizó una investigación con el objetivo de estudiar la importancia que tiene para estudiantes costarricenses, su imagen corporal. Se trabajó con 594 estudiantes de colegios privados y públicos con edades de 13 hasta los 19 años. Se les aplicó el cuestionario Test de García, Tornel y Gaspar, en la cual la muestra de adolescentes debía indicar con cuáles partes de su cuerpo se sentían inconformes. Los resultados muestran que el 36%,

mayoritariamente mujeres, no se encuentran satisfechas con su físico. Como lo indica el estudio, “la cultura actual demanda a las mujeres una creciente preocupación sobre la representación de la belleza femenina en ideales limitados a la apariencia física”(Salazar, 2008, p.78), lo cual hace que la población adolescente relacione la belleza y el atractivo físico con un mayor éxito social.

Método

Participantes

La población que se estudiará son adolescentes de colegios públicos y privados, desde séptimo grado hasta undécimo, en el cantón de Tibás. Se utilizará el rango de edad según lo dicta la Procuraduría general de la república en el código de la Niñez y la Adolescencia No 7739 según el artículo 2: “se considerará niño o niña a toda persona desde su concepción hasta los doce años de edad cumplidos, y adolescente a toda persona mayor de doce años y menor de dieciocho (...)” (Asamblea Legislativa, 1998).

En el cantón de Tibás se encuentran 4 colegios privados y 3 colegios públicos, los cuales fueron elegidos por medio de racimos (al azar), para realizar las encuestas. Los colegios privados que se encuentran en esta zona son el Valley Force Future High School, el San Gabriel Elementary, el Kamuk School y el Saint John Baptist High School. En cuanto a los colegios públicos en Tibás tenemos el Liceo Mauro Fernández Acuña, la Unidad Pedagógica Cuatro Reinas, y la Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

A la hora de realizar las pruebas a estudiantes, se buscará la aprobación de padres y madres, y además la de los colegios, para poder realizar los cuestionarios y así continuar con el estudio.

Instrumentos

Se evaluaron 3 variables: Alteraciones de la Conducta Alimentaria (ACA), distorsión de la imagen corporal y el autoconcepto. Para la creación del instrumento se utilizaron los cuestionarios que se describen a continuación. Se utilizó el Test de Actitudes hacia la Alimentación (EAT-40). En el artículo: “Ponencia: validez y confiabilidad del Eating Attitudes Test en Costa Rica” realizado por Jorge E. Prado y Zaida Salazar (2014), se muestra la validez del cuestionario. También se utilizó el cuestionario sobre ingesta alimentaria (OQ), en el artículo “Validación de la versión en español del cuestionario de sobre ingesta alimentaria (OQ) en una muestra de mujeres mexicanas”, realizado por Cecilia Meza y José Moral de la Rubia (2012) se justifica la validez de dicho cuestionario. Además se utilizó la escala de Stunkard, Senrenson y Schusinger, medición del IMC (índice de masa corporal), en el artículo “Validez del índice de masa corporal autodeclarado en universitarios españoles”, realizado por Joao R. Liparrotti, Horacio A. Júnior y Eulalia M. Chaves (2007) se valida el IMC y la escala de Autoconcepto Físico para los jóvenes (C-PSQ).

Respecto a la sintomatología de conducta alimentaria de riesgo, se utilizó el Test de Actitudes hacia la Alimentación (EAT-40). Se recabaron 8 preguntas sobre restricción alimentaria. Del cuestionario sobre ingesta alimentaria (OQ), se recolectaron 7 preguntas sobre exceso de alimentación. Se utilizaron estas preguntas con el fin de identificar si las personas adolescentes encuestadas presentan riesgo de desarrollar un posible trastorno alimentario.

El autoconcepto fue medido por medio de la Escala de Autoconcepto Físico para Jóvenes (C-PSQ), que se presenta con escala tipo likert. Se utilizaron 3 preguntas para medir el autoconcepto negativo y 4 preguntas para evaluar autoconcepto positivo.

La variable de distorsión de la imagen corporal se midió por medio de la escala de Stunkard, Senrenson y Schusinger, y por medio de la medición de IMC. Se les presentó una lámina con nueve figuras de cuerpos humanos: iniciaba con una figura delgada hasta terminar con una figura obesa y por último a cada participante se le midió su IMC (índice de masa corporal) que sería la de grasa corporal calculada con base en la altura y peso de la persona.

De esta forma, el cuestionario final es la unión de algunas partes de los cuestionarios y escalas ya mencionados anteriormente con nuevas preguntas desarrolladas para la investigación, especialmente en cuanto al uso del Instagram.

El cuestionario está compuesto por cuatro subescalas. Una escala de exceso con 7 ítems, una de restricción con 8 ítems, una de autoconcepto negativo con 3 ítems y otra de autoconcepto positivo con 4 ítems. La confiabilidad de la escala de exceso es de ,695. La confiabilidad de la escala de restricción es de ,698. La confiabilidad de la escala de autoconcepto negativo es de ,807. La confiabilidad de la escala de autoconcepto positivo es de ,834.

Procedimiento

Inicialmente se necesitó la aprobación de los colegios, escogidos al azar, para entrar a las instalaciones y realizar los cuestionarios. Fue necesario que estudiantes menores de edad presentaran el consentimiento que se les entregó, firmado por los padres y madres autorizando que podían realizar el cuestionario.

Se les pidió autorización a los profesores para poder ingresar a las aulas para realizar el cuestionario. Los estudiantes que realizaron el cuestionario, fueron elegidos al azar en aulas por racimo. A los estudiantes elegidos, se les tomaron los datos relativos a estatura y peso, para así

sacar el IMC de forma individual. Para evitar errores a la hora de medir IMC, se les midió dos veces el peso y la altura.

Se utilizó la misma báscula y la misma cinta métrica para la recolección de los datos que son útiles para la investigación.

Resultados

A partir de la información recolectada a través de los cuestionarios, se pudo constatar que no hay relación entre la conducta alimentaria de riesgo, el autoconcepto y el uso de Instagram. Sin embargo, existe correlación entre conducta alimentaria de riesgo y autoconcepto, en donde la conducta restrictiva se relaciona con el autoconcepto negativo, es decir, a mayor restricción, los adolescentes se perciben con un autoconcepto más negativo, siendo que además su índice de masa corporal indica un alto peso. De igual forma los resultados indican que a mayor restricción alimentaria hay mayor correlación con el colegio privado en relación al público.

Se logró encontrar existe una mayor conducta de riesgo alimentaria en las participantes (en mujeres). De igual forma, a mayor puntaje de conducta alimentaria de riesgo más gruesos se perciben, mayor IMC y mayor autoconcepto negativo.

El autoconcepto negativo se encuentra más relacionado con las mujeres que con los hombres. En cambio encontramos una relación entre autoconcepto positivo, y los varones que se perciben más delgados y con un menor IMC.

Se encontró que a mayor edad, los adolescentes presentan un mayor IMC, lo que podría deberse a que están en una etapa de crecimiento. De igual manera, a mayor edad se utiliza el Instagram con mayor frecuencia.

Con respecto al IMC, para el análisis se dividió a los y las participantes en 4 grupos. Tres grupos presentan una notable distorsión con su aspecto en el tanto todos los grupos, menos los del grupo 4, se perciben en otro grupo y no en el que les corresponde. Esto comprueba una de las hipótesis de la investigación: se encontraron diferencias significativas entre imagen corporal percibida y el índice de masa corporal de los y las estudiantes de los colegios de Tibás. Existe una distorsión importante de la imagen.

Discusión

Estudios realizados en Costa Rica señalan una tendencia a la insatisfacción de la imagen corporal, basados en que un 36.2% estaba insatisfecho con su físico (Salazar Mora, 2008), a partir de una muestra de 594 estudiantes de colegios públicos y privados de San José. En el presente estudio se encontró que el 29,9% no se encuentra satisfecho con su cuerpo, lo que se aproxima al estudio anteriormente mencionado. Si bien es cierto existe de igual forma una insatisfacción corporal en los adolescentes, no existe una diferencia relativamente grande para indicar que el pensamiento de los adolescentes esté cambiando, es decir que probablemente se siguen traspasando las inseguridades sobre su físico de generación en generación.

Otro estudio realizado en Costa Rica con 22 adolescentes, encontró que el 41% utiliza métodos para bajar de peso. El 68% realizaba actividad física como uno de los métodos para bajar de peso y un 91% realizaba dieta (Morales, 2002). En el presente estudio se encontró que más del 19,9% realiza actividad física para quemar calorías y que el 7,2% realizaba algún tipo de dieta, lo que sugiere que quizás existe una disminución en cuanto a utilizar el ejercicio como método para quemar calorías, así como la tendencia a utilizar dietas.

A pesar de que la mayoría de los adolescentes indica que no realiza ningún tipo de dieta, el 11,3 por ciento indicó que tienen en cuenta las calorías que consumen. Esta práctica puede no ser percibido como “dieta” sino como una práctica normal, si bien es cierto, posiblemente no tengan un amplio conocimiento sobre las calorías como tal.

Luego en el 2007, García y Garita realizaron una investigación para encontrar la relación entre las variables de imagen corporal, auto concepto físico, índice de masa corporal y factores sociales-culturales en adolescentes. El estudio fue realizado con 99 estudiantes (15 a 18 años) en un colegio de Cartago. De acuerdo con el presente estudio, hay más porcentaje con satisfacción corporal entre los hombres, y además un autoconcepto mayormente negativo en las mujeres. El 32,2% de las y los evaluados presenta una distorsión de su imagen corporal. La diferencia de sexo puede deberse a que los hombres no tienen tanta presión de la sociedad por ser delgados, si bien es cierto, esto no significa que toda la población masculina esté excluida de un autoconcepto negativo. Otra explicación al respecto puede encontrarse en una menor tendencia por parte de los hombres a expresar sus inseguridades.

En México, en estudio realizado por Mendoza et al. (2014) para encontrar los factores relacionados con presencia de conductas alimentarias de riesgo en adolescentes de educación media superior, se encontró que el 45.9% de los adolescentes se encontraban con un índice de masa corporal dentro del rango de riesgo. En el presente estudio se encontró que un 17,6% de estudiantes se sitúan dentro del rango de riesgo con un índice de masa corporal alto. En cuanto al índice de masa corporal de riesgo en un IMC inferior a los rangos normales, un 13,6% de estudiantes lo presenta.

Es así que el presente estudio, si bien no alcanza los resultados del estudio en mención, retrata igualmente un panorama de riesgo respecto a los adolescentes en Costa Rica.

Referencias

- Asamblea Legislativa. (1998). *Código de la Niñez y la Adolescencia de la República de Costa Rica*. Costa Rica: Imprenta Nacional.
- Gismero-González, E. (2001). Evaluación del autoconcepto, la satisfacción con el propio cuerpo y las habilidades sociales en la anorexia y bulimia nerviosas. *Clínica y Salud*, 12(3), 289-304. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1806/180618319001.pdf>.
- Gómez-Mármol, A., Sánchez-Alcaraz, B. y Mahedero- Navarrete, M. (2012). Insatisfacción y distorsión de la imagen corporal en adolescentes de doce a diecisiete años de edad. *AGORA para la educación física y el deporte*, 15(1), 54-63. Recuperado de http://agorarevista.blogs.uva.es/files/2013/07/agora_15_1d_gomez_et_al.pdf
- Guillamón Cano, N., y Martínez García, M. (2012). Uso de Internet y las redes sociales para la salud en adolescentes: Evaluación de necesidades para un servicio online de salud mental. *Tecnología de la comunicación jóvenes y promoción de la salud*, ISBN 978-84-8125-358-0, 110-115. Recuperado de http://www.irefrea.org/uploads/PDF/Tecnologias_Comunicacion_Jovenes_Promocion_Salud.pdf
- Jiménez- Cruz, B y Silvia-Gutiérrez, C. (2010). Riesgo de trastorno alimentario, ansiedad, depresión y otras emociones asociadas a la exposición de imágenes publicitarias. *Anales de psicología*, 26(1), 11-17.

- Krones, P. G., Stice, E., Batres, C., y Orjada, K. (2005). In vivo social comparison to a thin-ideal peer promotes body dissatisfaction: A randomized experiment. *International Journal Of Eating Disorders*, 38(2), 134-142. doi:10.1002/eat.20171
- Lozano-Sánchez, Z. (2012). La familia y las redes sociales en los trastornos alimenticios en adolescentes de la época contemporánea. 3(2), 307-319. Recuperado de http://repebis.upch.edu.pe/articulos/in_crescendo/v3n2/a5.pdf
- Maganto C., Cruz S. y Etxebarria, A. (2001). Autoconcepto negativo y alteraciones de la conducta alimentaria en adolescentes. *Universidad del País Vasco, Facultad de psicología*. Recuperado de: <http://www.sc.ehu.es/ptwmamac/articulos/Autoconcepto%20y%20TCA%20en%20adolescentes.pdf>
- Mendoza-González, M. F., Olalde-Libreros, G. J., Vázquez-Cabrera, A., Gómez-Fernández, C. I., Sánchez-Hirata, M. M., Sánchez-Lázaro, D., Pérez-Cruz, R., Riveros-Castillo, K. y Aguilar-García, M. A. (2014). Prevalencia y factores asociados a conductas alimentarias de riesgo en adolescentes de educación media superior. *Revista Electrónica Medicina, Salud Y Sociedad*, 5(1), 18-33. Recuperado de <http://cienciasdelasaluduv.com/revistas/index.php/mss/article/view/125/131>
- Meza Peña, C., & Moral de la Rubia, J. (2012). Validación de la versión en español del Cuestionario de Sobreingesta Alimentaria (oq) en una muestra de mujeres mexicanas. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 73-96. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/802/80225867006.pdf>

- Morales, A., Ramírez, W., Ureña, M. E., Sevilla, A., Umaña, P., y Chaves, R. (2002). Anorexia y bulimia: caracterización y sistematización de la experiencia de intervención de una Clínica de Adolescentes. *Acta Pediátrica Costarricense*, 16 (3), 93-108. Recuperado de http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-00902002000300002&script=sci_arttext
- Mulassi, A.H., Borracci, R. A., Calderón, J. G., Vinay, P & Mulassi, M. (2012). Redes sociales de tabaquismo, consumo de alcohol y obesidad en adolescentes escolarizados de la ciudad de Lobos. *Arch Argent Pediatr*. 110(60), 474-482.
- Naranjo Pereira, M. L. (27 de Abril de 2006). El autoconcepto positivo; un objetivo de la orientación y la educación . *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 6(1),1-30. Recuperado de http://revista.inie.ucr.ac.cr/uploads/tx_magazine/autoconcepto.pdf
- Prado-Calderón, J y Salazar- Mora, Z. (2014). Ponencia: Validez y confiabilidad del Eating Attitudes Test en Costa Rica. *Revista costarricense de psicología*. 33(1). 1-17. Recuperado de [http://www.researchgate.net/profile/Jorge_Prado_Calderon/publication/264555920_Validez_y_confiabilidad_del_Eating_Attitudes_Test_en_Costa_Rica_\(2014\)/links/53e71cd40cf2fb74872185c8.pdf](http://www.researchgate.net/profile/Jorge_Prado_Calderon/publication/264555920_Validez_y_confiabilidad_del_Eating_Attitudes_Test_en_Costa_Rica_(2014)/links/53e71cd40cf2fb74872185c8.pdf)
- Salazar-Mora, Z. (2008). Adolescencia e imagen corporal en la época de la delgadez. *Reflecciones*. 87(2), 67-80. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72912555004>
- Sámano Orozco, L. (2013). ¿Influyen el Internet, las redes sociales electrónicas y otras herramientas educativas en el desarrollo de anorexia y bulimia nerviosas? *Nutrición*

Clínica y Dietética Hospitalaria, 33(1), 38-42. Recuperado de http://www.nutricion.org/publicaciones/revista_2013_33_01/INFLUYEN-INTERNET.pdf

Sánchez Sosa, J. (2009). Un modelo estructural de conducta alimentaria de riesgo en adolescentes escolarizados. (*Tesis de Doctorado en Filosofía con especialidad en Psicología, Universidad Autónoma de Nuevo León*). Recuperado de <http://www.uv.es/lisis/sosa/tesis-sanch-sosa.pdf>